

TEMA CENTRAL DE LA INVESTIGACIÓN

ESTRATEGIA PARA EL FORTALECIMIENTO DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN LOS ACTORES INVOLUCRADOS EN EL PROCESO DE ENSEÑANZA - APRENDIZAJE

STRATEGY FOR THE STRENGTHENING OF EMOTIONAL INTELLIGENCE IN THE ACTORS INVOLVED IN THE TEACHING PROCESS - LEARNING

Juan Francisco Cruz Cifuentes
Ingeniero Industrial
Estudiante Especialización en Alta Gerencia
Bogotá, Colombia.
U6502211@unimilitar.edu.co

Artículo de Reflexión

Directora
Yuber Liliana Rodríguez-Rojas Ph.D.
Doctora en administración – Universidad de Celaya (México)
Magister en Salud y Seguridad en el Trabajo - Universidad Nacional de Colombia
Esp. (c) en estadística aplicada – Universidad Los Libertadores
Fisioterapeuta - Universidad Nacional de Colombia

Correo electrónico: yuberliliana@gmail.com



La U
acreditada
para todos

**ESPECIALIZACIÓN EN ALTA GERENCIA
UNIVERSIDAD MILITAR NUEVA GRANADA
FACULTAD DE CIENCIAS ECONÓMICAS
2019**

TEMA CENTRAL DE LA INVESTIGACIÓN

ESTRATEGIA PARA EL FORTALECIMIENTO DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN LOS ACTORES INVOLUCRADOS EN EL PROCESO DE ENSEÑANZA - APRENDIZAJE

STRATEGY FOR THE STRENGTHENING OF EMOTIONAL INTELLIGENCE IN THE ACTORS INVOLVED IN THE TEACHING PROCESS - LEARNING

Juan Francisco Cruz Cifuentes
Ingeniero Industrial
Estudiante Especialización en Alta Gerencia
Bogotá, Colombia.
U6502211@unimilitar.edu.co

RESUMEN

La inteligencia emocional es un concepto relativamente nuevo teniendo en cuenta que este se empezó a difundir rápidamente solo hasta la década de los 90s, en el presente artículo se trata de exponer las diferentes problemáticas que radican en la falta de inteligencia emocional en cualquier individuo y como esta se puede fortalecer en los procesos de enseñanza - aprendizaje, exponiendo a lo largo del trabajo todos los beneficios potenciales que, según lo estudiosos del tema, garantizaran el éxito en la vida. Parte de las problemáticas identificadas tienen una relación directa con el bienestar psicológico de los estudiantes en espacios académicos en distintas etapas, que en el caso del fortalecimiento o desarrollo de la inteligencia emocional redundaran en una actitud positiva y optimista y un aumento en la autoestima y la felicidad. La metodología de investigación utilizada fue de tipo exploratoria, tratando de tener un acercamiento a los conceptos relacionados con la inteligencia emocional, el proceso de recolección de información se centró en la revisión de bibliografía para luego evaluar la calidad de las misma y a partir de esto escoger los artículos para el estudio, se revisó un total de 14.178 de los cuales se escogieron 20 artículos para el estudio, se tuvo en cuenta para la escogencia de los artículos tres categorías de análisis, inteligencia emocional, educación y desarrollo. La propuesta de fortalecimiento se enfoca en la realización de clases a partir de exposiciones, donde el estudiante sea el que desarrolla la clase, guiado obviamente por el docente, donde el estudiante deberá trabajar durante su proceso educativo, el fortalecimiento de habilidades como: Dominio del público, manejo del tema, manejo de tiempo, habilidad lingüística y oratoria, entre otras, que al final terminaran por fortalecer la inteligencia emocional en los estudiantes.

Palabras clave: Inteligencia emocional, estrategias de enseñanza, estrategias de aprendizaje, educación, desarrollo.

ABSTRACT

Emotional intelligence is a relatively new concept considering that it began to spread rapidly only until the 90s, in this article we will try to expose the different problems that lie in the lack of emotional intelligence in any individual and how it is It can be strengthened in the teaching-learning processes, exposing throughout the work all the potential benefits that, according to the students of the subject, will guarantee success in life. Part of the problems identified have a direct relationship with the psychological wellness of students in academic spaces at different stages, that in the case of strengthening or developing emotional intelligence will result in a positive and optimistic attitude and an increase in self-esteem. The research methodology used was of an exploratory type, trying to have an approach to the concepts related to emotional intelligence, the process of information gathering focused on the literature review and then evaluating the quality of them and from this choose the articles for the study, a total of 14,178 of which 20 articles for the study were chosen, three categories of analysis, emotional intelligence, education and development were taken into account for the selection of the articles. The strengthening proposal focuses on conducting classes based on exhibitions, where the student is the one who develops the class, obviously guided by the teacher, where the student must work during his educational process, strengthening skills such as: Mastery of the public, theme management, time management, linguistic and public speaking skills, among others, which will eventually strengthen emotional intelligence in students.

Keywords: Emotional intelligence, teaching strategies, learning strategies, education, developing.

TEMA CENTRAL DE LA INVESTIGACIÓN

INTRODUCCIÓN

Este artículo pretende plantear una estrategia para el desarrollo de la inteligencia emocional en espacios académicos teniendo en cuenta que en los últimos años la estructura del sistema educativo ha tenido que ir evolucionando, cambiando con respecto a las formas de enseñar en distintas partes del mundo, la educación que recibieron nuestros padres y abuelos estaba basada únicamente en la capacidad de memorizar información y para medir estos surgieron pruebas como las que miden el IQ, sin embargo, surgieron conceptos como el de la inteligencia emocional, definida como: “la capacidad de reconocer nuestros propios sentimientos y los de los demás, de motivar - nos y de manejar adecuada - mente las relaciones” (Goleman, 1990, párr. 7).

Con el nacimiento del concepto de inteligencia emocional surgieron varias interrogantes y estudios que trataban de demostrar que el éxito de las personas no radica en su IQ alto como se creía antes, sino en su capacidad de relacionarse con las personas tomando buenas decisiones a través de la inteligencia emocional y es que resulta de vital importancia que entendamos que el ser humano es una construcción de emociones y racionalidad y que el buen manejo de estas dos características que entre otras cosas nos diferencian de los demás seres vivos, hacen que una persona tenga o no el éxito en su vida.

Aunque las empresas, el mercado e incluso la academia reconocen la importancia de inteligencia emocional, hace falta estructurar sistemas de educación que enseñen a las estudiantes en cualquier escenario académico a conocer y manejar sus emociones.

TEMA CENTRAL DE LA INVESTIGACIÓN

Cada vez es más común ver cómo las problemáticas sociales que nos afectan hoy en día están ligadas a la falta de control de nuestras emociones, la intolerancia que presentan las noticias todos los días son un claro ejemplo de la falta de inteligencia emocional, los casos de estrés, depresión y distintas situaciones presentadas en los entornos educativos y laborales son otro ejemplo de la necesidad de empezar a educar también en inteligencia emocional.

Por otro lado, en el mundo empresarial existen varios testimonios de grandes empresarios que entre otras habilidades aducen su éxito a el desarrollo de su inteligencia emocional, inteligencia que se manifiesta en las negociaciones importes que hacen y en las problemáticas que día a día surgen en sus entornos laborales y en las relaciones de las personas, todos coinciden en que la inteligencia emocional les facilita las relaciones y la toma de decisiones.

Si se revisa un poco la línea histórica de la inteligencia emocional, se encontrará que ya en 1872 Charles Darwin empezó a hablar de inteligencia emocional en su trabajo titulado: la expresión de las emociones en los animales y el hombre, en este libro Darwin planteaba que la IE es el resultado de la evolución y que algunas emociones también las compartimos con algunos animales, esta última afirmación no cayó muy bien durante muchos años para los defensores de la corriente mecanicista ya que afirmar esto ya que nos quitaba el protagonismo de existencia como seres únicos y selectos de la creación divina, este libro fue retomado años después para realizar estudios que hoy en día contribuyen a que investigadores del FBI logren identificar mentiras en un interrogatorio, incluso para lograr que las películas de Pixar logren en sus personajes expresiones creíbles.

TEMA CENTRAL DE LA INVESTIGACIÓN

Con el correr de los años se puede destacar otros dos autores renombrados en temas de inteligencia emocional, Howard Gardner y Daniel Goleman, el primero quien planteo el estudio de las inteligencias múltiples y el segundo quien planteo la idea de la gestión positiva a partir del control y manejo de las emociones para lograr el éxito.

Con el presente se busca contribuir a los procesos de enseñanza - aprendizaje desde el fortalecimiento de la inteligencia emocional que permita a las personas gestionar de manera adecuada sus emociones en cada uno de los escenarios de la vida y con esto lograr llegar al éxito personal, familiar, social y profesional.

Al final del artículo se habrá entendido sobre las problemáticas que nos afectan hoy en día a raíz de la falta de preocupación que le damos a fortalecer y controlar nuestras emociones en los diferentes retos que nos presenta la vida cotidiana, se podrá identificar las fortalezas personales y los beneficios que como sociedad nos trae lograr tener individuos inteligentes emocionalmente.

MATERIALES Y MÉTODOS

Tipo de Estudio

Este artículo se realizó bajo la investigación de tipo exploratoria, se apoyó en la consulta verificación y análisis de literatura científica y literatura gris, debido a que la investigación también es de tipo cualitativo al empezar lo que se busca es tener un acercamiento a los conceptos relevantes en temas de inteligencia emocional, todo esto para buscar una respuesta al planteamiento del artículo y el cual es buscar una propuesta que permita fortalecer los espacios académicos a través de una metodología de enseñanza y aprendizaje de la inteligencia emocional.

Proceso de Recolección de Información

El proceso de recolección de la información se dio a partir de los siguientes pasos:

1. Identificación de los términos de búsqueda.
2. Proceso de revisión de las referencias bibliográficas.
3. Proceso de evaluación de la calidad de la información.
4. Análisis e interpretación de la información para extracción de datos relevantes.

TEMA CENTRAL DE LA INVESTIGACIÓN

La recopilación de la información bibliográfica se realizó a través de bases de datos de artículos científicos, algunas se encuentran en la biblioteca virtual de la Universidad Militar Nueva Granada y otras consultadas a través de Google y Google Académico.

Para el proceso de búsqueda se definieron los siguientes términos relacionados con el tema de investigación:

Inteligencia emocional, emociones, Inteligencia Emocional y Formación, Estrategias de enseñanza, Estrategias de aprendizaje, metodologías de enseñanza.

Las bases de datos utilizadas para la búsqueda de información fueron las siguientes:

Tabla 1. Proceso de selección de artículos.

Proceso	Science Direct	Scielo	Ebsco	ProQuest
Artículos Identificados	758	287	375	12758
Artículos Seleccionados	429	170	310	120
Artículos Revisados	7	15	9	25
Artículos Incluidos	4	8	3	5

Fuente: Elaboración propia (2019).

Categorías de Análisis

Teniendo en cuenta los criterios definidos para escoger la información bibliográfica y realizando un análisis en las bases de datos consultadas se escogió el material bibliográfico a partir de la siguiente tabla:

TEMA CENTRAL DE LA INVESTIGACIÓN

Tabla 2. Artículos por categorías de análisis.

Artículos	Categorías de Análisis		
	Inteligencia Emocional	Educación	Desarrollo
Relaciones entre felicidad, inteligencia emocional y factores sociodemográficos en secundaria.	X		
Correlación de inteligencia emocional con bienestar psicológico y rendimiento académico en alumnos de licenciatura.	X		
Inteligencia emocional y competencias emocionales en educación superior, ¿un mismo concepto?	X	X	
Inteligencia emocional y resiliencia: su influencia en la satisfacción con la vida en estudiantes universitarios.	X		
Importancia del desarrollo de la inteligencia emocional en la formación de personas investigadoras.	X		X
Motivación escolar, inteligencia emocional y rendimiento académico en estudiantes de educación secundaria obligatoria.	X	X	
La inteligencia emocional en educación primaria y su relación con el rendimiento académico.	X	X	
Retos y Herramientas Generales para el Desarrollo de la Inteligencia Emocional en las Aulas Universitarias.	X		X
Inteligencia emocional: Su relación con el rendimiento académico en preadolescentes de la Escuela 4 de abril, de I ciclo, Angola.	X		
La influencia de las emociones sobre el rendimiento académico.	X		
Influencia de la inteligencia emocional y los afectos en la relación maestro-alumno, en el rendimiento académico de estudiantes de educación superior.	X	X	
Rendimiento académico y autopercepción de inteligencias múltiples e inteligencia emocional en universitarios de primera generación.	X		
Prediciendo el Rendimiento Académico Infantil a través de la Inteligencia Emocional.	X		
Resiliencia e inteligencia emocional: conceptos complementarios para empoderar al estudiante.	X		
Resiliencia e inteligencia emocional: conceptos complementarios para empoderar al estudiante.	X		
Aportes para la educación de la Inteligencia Emocional desde la Educación Infantil.	X	X	

TEMA CENTRAL DE LA INVESTIGACIÓN

Artículos	Categorías de Análisis		
	Inteligencia Emocional	Educación	Desarrollo
Inteligencia emocional y educación universitaria: Una aproximación.	X	X	
¿La inteligencia emocional es vital para alcanzar el éxito?	X		
El Aprendizaje Basado en Problemas (ABP) en el desarrollo de la inteligencia emocional de estudiantes universitarios.	X		X
Educación emocional en la universidad: Propuesta de actividades para el desarrollo de habilidades sociales y personales.	X	X	X

Fuente: Elaboración propia (2019).

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

A continuación, se presentan los resultados de la investigación basada en el análisis de los artículos detallados al final del presente documento. Los resultados serán presentados dando respuesta a los objetivos específicos planteados para este artículo, por lo que se empezara por identificar las diferentes problemáticas que surgen por la falta de inteligencia emocional, luego se tratara de exponer los beneficios potenciales de la inteligencia emocional en el proceso de enseñanza - aprendizaje para luego relacionar estos beneficios con la sociedad.

Problemáticas que surgen por falta de Inteligencia Emocional.

A pesar que hace varias décadas ya se escuchaba hablar de términos como inteligencia social e inteligencias múltiples, no fue sino hasta la década de los 90s que el concepto de inteligencia emocional se difundió rápidamente al relacionarlo en varios trabajos de literatura psicológica entre los que se encuentran el libro de inteligencia emocional de Daniel Goleman en

TEMA CENTRAL DE LA INVESTIGACIÓN

1995. Desde entonces se han hecho innumerables estudios para revisar la influencia que tienen nuestras emociones en nuestras decisiones y actuar permanente y como estas también puede ejercer cierto tipo de influencia sobre las demás personas.

Un factor importante de estudio es la relación de la escala de bienestar psicológico con la inteligencia emocional y su probable relación con el rendimiento académico de los estudiantes, en este sentido los estudios realizados han buscado la manera de predecir el rendimiento académico de los estudiantes, sin embargo, lo que se ha encontrado es que la inteligencia emocional no está ligada necesariamente a un buen desempeño académico y viceversa.

Según el planteamiento de Roció Fragoso en su artículo “Inteligencia emocional y competencias emocionales en educación superior, ¿un mismo concepto?, hay que buscar que la inteligencia emocional y la inteligencia académica basada en el IQ, se complementen para llegar a lograr la excelencia académica y es que, con el boom de la inteligencia emocional, sobre todo entre los años de 1994 y 1997 con la publicación del best seller “Inteligencia emocional” escrito por Daniel Goleman en 1995, se empezó a percibir que la inteligencia académica poco ofrecía para la preparación del individuo frente a las situaciones, problemáticas y oportunidades que acarrea la vida, esta visión de alguna manera le hace daño al proceso de enseñanza - aprendizaje ya que la inteligencia académica también aporta ingredientes importantes al proceso de formación.

Como lo plantea Roció Fragoso, la gran aceptación que tuvo la propuesta de Goleman se debió principalmente a que en la personas estaban cansadas de la sobrevaloración que se le daba

TEMA CENTRAL DE LA INVESTIGACIÓN

al IQ en procesos de reclutamiento y selección de personal, la antipatía de las personas con IQ altos que no se preocupaban por desarrollar habilidades intrapersonales e interpersonales y el mal uso en los ámbitos educativos de los test de IQ que rara vez pronosticaban el éxito real que los estudiantes tendrían una vez incorporados al mundo laboral y que tampoco ayudaban a predecir los grados de bienestar, satisfacción y felicidad a lo largo de sus vidas.

A pesar de lo anterior es importante reconocer la importancia del IQ, pero acompañado de la inteligencia emocional, la combinación de estas dos inteligencias puede hacer que el individuo realmente sea exitoso en todos los escenarios de la vida.

Son contados los autores que hoy son reconocidos a nivel mundial como estudiosos y conocedores del concepto de inteligencia emocional y es que resulta importante hablar que en el proceso de investigación en algún punto se puede llegar a la coyuntura existente entre el concepto de inteligencia emocional y competencias emocionales, varios escritos los tratan de manera igualitaria, sin embargo, Mayer y Salovey (1997) definen la inteligencia emocional como: “Una característica de la inteligencia social que incluye un conjunto de capacidades que explican las diferencias individuales en el modo de percibir y comprender las emociones. Dichas capacidades son las de supervisar los sentimientos y las emociones propias, así como las de los demás, de discriminar entre ellas y usar la información para guiar el pensamiento y las acciones”.

Un estudio realizado por Javier Cejudo (2016), refleja la relación existente entre inteligencia emocional, resiliencia y bienestar, en este estudio se muestra estadísticamente como rasgos notables de inteligencia emocional eran más visibles en personas con características de resiliencia y bienestar, entendiendo el bienestar como satisfacción con la vida que se lleva.

TEMA CENTRAL DE LA INVESTIGACIÓN

Finalmente, el gran problema de la falta de inteligencia emocional, es la falta de tolerancia en la sociedad, y es que la sociedad en general deberá tener que preocuparse por fortalecer la inteligencia emocional y las habilidades emocionales desde los espacios académicos incluyendo primaria, secundaria y la universidad, y tal vez en un futuro los problemas de intolerancia, violencia, impaciencia, estrés y otros, no sean más que historia y se pueda decir como sociedad que se esta educando a personas felices gracias a la inteligencia emocional.

Beneficios Potenciales de Fortalecer la Inteligencia Emocional

Según el modelo planteado por Goleman (2011), con sus últimas reestructuraciones este está integrado por cuatro competencias que en sí mismas ofrecen beneficios a los individuos que logren desarrollarlas o fortalecerlas, las competencias a las que se hace referencia son:

- **Conocimiento Personal.** Esta capacidad se conforma de un solo componente denominado el autoconocimiento emocional, entendido como la capacidad para interpretar señales internas, hablar abiertamente de las emociones para emplearlas como guías de acción
- **Autorregulación.** Hace referencia a como una persona maneja sus sentimientos y emociones en beneficio propio, está compuesta por cuatro elementos, autocontrol emocional, orientación a los resultados, adaptabilidad y optimismo. La autorregulación generalmente incide en la manera en que superamos dificultades personales y técnicas.
- **Competencia Social.** Es fundamental poseerla para llevar relaciones sociales exitosas, está compuesta por dos elementos, empatía y conciencia organizacional. Está

TEMA CENTRAL DE LA INVESTIGACIÓN

competencia permite manejar eficazmente las emociones en interacciones sociales, anticipándonos a las preocupaciones y necesidades de los demás.

- Regulación de Relaciones Interpersonales. Se enfocada en aspectos de persuasión e influencia principalmente, está integrada de cuatro elementos, inspiración, influencia, manejo de conflicto y trabajo en equipo y colaboración.

A partir de los artículos consultados se detallan a continuación otra serie de beneficios resultantes del desarrollo y fortalecimiento de la inteligencia emocional:

- Mejora el autoconocimiento y la toma de decisiones.

El autoconocimiento es un aspecto que hace parte de la inteligencia emocional, por ende, fortalecer la inteligencia emocional, fortalece el autoconocimiento. El autoconocimiento genera un impacto positivo sobre la autoestima y la confianza en uno mismo, lo que permite identificar debilidades y fortalezas a la hora de tomar mejores decisiones en la vida. Permite también que las personas evalúen su sistema de valores y creencias.

- Mejora el rendimiento laboral.

La inteligencia emocional en el trabajo es sumamente útil ya que genera aumento en la productividad de los empleados, mejora la salud psicosocial de los empleados y mejora los niveles de servicio al cliente interno y externo.

- Evita el estrés.

La correcta gestión emocional es importante para evitar el estrés, aumenta la tolerancia y la empatía, en cualquier escenario evitar el estrés ayuda a generar buenos ambientes de comunicación y estos disminuye el desgaste en escenarios como el laboral.

TEMA CENTRAL DE LA INVESTIGACIÓN

- Mejora las relaciones interpersonales

Conocer y entender nuestras propias emociones y las de los demás nos ayudan a afrontar de mejor manera los conflictos, algo inevitable en la convivencia con otras personas, esto aplica para escenarios laborales, sociales, familiares y de pareja y es que en esta última recordemos que en la relación de pareja la negociación es constante y mantener el equilibrio emocional en estas situaciones puede evitar muchos malos entendidos.

- Favorece el desarrollo personal

La inteligencia emocional y el desarrollo personal son conceptos que van de la mano ya que el desarrollo personal de un individuo no puede entenderse sin el correcto autoconocimiento y gestión de las propias emociones.

- Otorga capacidad de influencia y liderazgo

Es indiscutible que los líderes deben contar en sus competencias con la inteligencia emocional, el propio autocontrol emocional de un líder y el saber entender las emociones de los demás son una clara demostración de sus habilidades de liderazgo.

- Favorece el bienestar Psicológico

El creciente interés por la inteligencia emocional se debe en gran medida a los beneficios que esta aporta al bienestar psicológico. Este interés no se limita solamente a personas adultas, sino que cada vez son más los colegios que educan en inteligencia emocional, pues cada vez se es más consciente de la importancia que la inteligencia emocional tiene en la salud emocional de los alumnos.

- Reduce la ansiedad y ayuda a superar la depresión.

Una evaluación negativa de la realidad o un control incorrecto e inadecuado de las emociones causan ansiedad y depresión, la inteligencia emocional por medio de la adecuada gestión de

TEMA CENTRAL DE LA INVESTIGACIÓN

las emociones, permite que las personas pongan mayor atención a sus sentimientos, claridad y reparación emocional que al final producen niveles más altos de satisfacción y menores niveles de ansiedad.

Todos los beneficios resaltados anteriormente nos llevan a la conclusión de que la suma de los beneficios que la inteligencia emocional nos aporta, resulta en un único y gran beneficio, lograr que las personas sean felices.

Estrategia para el fortalecimiento de la Inteligencia Emocional

La estrategia que se propone, es establecer programas que permitan realizar las clases con escenarios o problemáticas que inviten a los estudiantes a ubicarse en el centro de situaciones que les permitan tomar decisiones, se piensa que las exposiciones son una herramienta fundamental para ir detectando la inteligencia emocional de los estudiantes, factores como el tono de voz, el movimiento del cuerpo, la mirada al público, el manejo del escenario, son factores que pueden dar una idea de lo que se debe fortalecer desde la docencia.

Básicamente la propuesta de fortalecimiento de la inteligencia emocional en el proceso de enseñanza - aprendizaje se enfoca en la realización de exposiciones donde el estudiante sea el protagonista de la clase, guiado por el profesor quien jugara el papel de facilitador y quien hará intervenciones en la medida que la exposición lo requiera y es que está demostrado que la inteligencia emocional se puede fortalecer por medio de estos escenarios y con esto también se fortalecen las competencias emocionales, que entre otras cosas no solo juegan un papel

TEMA CENTRAL DE LA INVESTIGACIÓN

importante en los procesos de formación sino que son vitales para un resultado exitoso en los procesos laborales de cualquier individuo.

El proceso de fortalecimiento se dará desde el inicio de las clases, las primeras clase y exposiciones darán información de entrada al docente quien determinara las fortalezas y las oportunidades de cada estudiante, con esto el estudiante deberá comprometer un plan de acción que le permita ir mejorando su inteligencia emocional y habilidades emocionales con cada sesión, el docente deberá guiar ya hacer seguimiento durante todo el proceso de enseñanza - aprendizaje, realizando retroalimentaciones periódicas a cada estudiante de acuerdo al avance o no de cada uno.

La propuesta de fortalecimiento se propone a partir de los siguientes puntos detallados a continuación:

- Todo el proceso deberá hacerse semestralmente, esto garantiza que la estrategia se pueda implementar tanto en primaria, como en secundaria, técnicos, tecnologías y pregrados.
- En la primera clase, el docente hará una introducción de lo que es inteligencia emocional y habilidades emocionales y como estas se pueden fortalecer. (Aplica para cualquier materia o tema).
- También en la primera clase el docente deberá entregara a los estudiantes los temas que deberán exponer durante el semestre, mínimo deben ser tres temas para cada estudiante o grupo (Dependiendo de la cantidad de estudiantes) para poder medir el avance o no en cada exposición.

TEMA CENTRAL DE LA INVESTIGACIÓN

- Durante la exposición el profesor y los estudiantes podrán hacer preguntas (ojala tensionantes), que permitan medir como los expositores manejan el factor de estrés.

Eventualmente el profesor puede ponerse de acuerdo con estudiantes para que cumplan un rol en las exposiciones, estos roles buscaran sacar de casillas o interrumpir las exposiciones, para medir las habilidades emocionales de cada expositor.

- Al final de cada exposición el docente evaluara al o los expositores (cada uno), solicitara a 7 u 8 estudiantes que también evalúen al o los expositores y por ultimo solicitara al expositor o a cada integrante del grupo expositor que se evalúen. La evaluación se centrara en medir 6 habilidades emocionales.

La evaluación se hará con la siguiente herramienta:

Tabla 3. Formato evaluación de habilidades emocionales.

Habilidades Comunicativas	Bajo (1)	Básico (2)	Alto (3)	Superior (4)	Muy Superior (5)
Dominio del publico					
Manejo del tema					
Lingüística y Oratoria					
Manejo del tiempo					
Toma de decisiones					
Manejo de estrés					

Fuente: Elaboración propia (2019).

Los criterios cuantitativos y cualitativos para la evaluación serán los siguientes:

TEMA CENTRAL DE LA INVESTIGACIÓN

Tabla 4. Criterios de evaluación.

Concepto	Valor	Definición
Bajo	1	Desarrollo nulo de la habilidad
Básico	2	Habilidad con oportunidad fuerte de desarrollo
Alto	3	Habilidad con oportunidad de desarrollo
Superior	4	Habilidad desarrollada
Muy Superior	5	Habilidad muy desarrollada

Fuente: Elaboración propia (2019).

- El docente computara los resultados individuales de cada evaluación, después de esto realizara una retroalimentación a cada estudiante, donde el docente haga ver las oportunidades de mejora en las habilidades emocionales, el estudiante deberá generar un plan de acción donde se comprometa a mejorar sus habilidades emocionales o por lo menos las que lo permitan, por medio de la inteligencia emocional.
- Con cada ejercicio de exposición se generara una evaluación y así, al final se podrá medir el desarrollo o fortalecimiento de las habilidades emocionales por medio de la inteligencia emocional.

CONCLUSIONES

Después de analizar las hipótesis de algunos trabajos y los resultados de los mismos se puede presumir que la inteligencia emocional está muy relacionada con el bienestar psicológico y por ende con actitudes de optimismo, logro y autoestima, sin embargo los estudios también revelan resultados relevantes en la relación de inteligencia emocional y rendimiento académico y es que estos dos no están necesariamente relacionados, lo que quiere decir que la inteligencia

TEMA CENTRAL DE LA INVESTIGACIÓN

emocional no garantiza un buen rendimiento académico (Esto de acuerdo con los estándares de calificación del sistema educativo).

Una de las problemáticas principales que se identificó durante el desarrollo de la investigación, fue como relacionar, pero al mismo tiempo identificar por separado los conceptos de inteligencia emocional y competencias emocionales. El estudio de diferentes autores (Salovey y Meyer, Daniel Goleman) de alguna manera lleva a conceptualizar la inteligencia emocional entre otras como la capacidad de conocer nuestras emociones, autorregularlas para utilizarlas de manera asertiva en nuestras relaciones, hasta aquí se puede relacionar la inteligencia emocional con habilidades intrapersonales e interpersonales, mientras que las competencias emocionales, son finalmente el resultado de fortalecer la inteligencia emocional, las competencias radican en la concepción de la emoción con base en un enfoque cognitivo.

Haciendo un análisis de los planteamientos utilizados en cada uno de los artículos consultados, se puede decir que el problema de la falta de inteligencia emocional en las personas es que esto a la larga se convierte en un catalizador de nuevos problemas que sin la atención adecuada puede ser catastróficos para la vida de las personas y para sociedad en general, ejemplos de esto son, el estrés, la depresión, la falta de empatía, la intolerancia, que al final del día hace que las personas no logren ser felices.

Se pueden enumerar una gran cantidad de beneficios gracias a la inteligencia emocional, pero en resumen, la inteligencia emocional hace que seamos personas más felices, partiendo del conocimiento propio, entendiendo las emociones y los sentimientos propios, reconociéndolos y

TEMA CENTRAL DE LA INVESTIGACIÓN

gestionándolos a favor propio, superada esta etapa se podría afirmar que se puede empezar a conocer y gestionar los sentimientos y emociones de las demás personas, y que más gratificante que poder servir a los demás aportando un poco a que sean felices.

La estrategia planteada en la presente investigación busca el fortalecimiento de la inteligencia emocional en el proceso de enseñanza - aprendizaje a partir de espacios en las aulas donde los estudiantes sean los que desarrollen las clases, guiados por el docente, estos ejercicios permitirán al docente identificar competencias emocionales que se puedan trabajar con base en la inteligencia emocional.

AGRADECIMIENTOS

Un especial agradecimiento a la directora de enseñanza Dra. Yuber Liliana Rodríguez Rojas, por su valioso apoyo, seguimiento y aportes para la realización del presente artículo de reflexión.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alba, V. S., y Samuel, P. P. (2018). La inteligencia emocional en educación primaria y su relación con el rendimiento académico. *Revista Electrónica Educare*, 22(3), 228-242.
- Ana, B. (2018). Resiliencia e inteligencia emocional: conceptos complementarios para empoderar al estudiante. *Revista Latinoamericana de Estudios Educativos*, 48(1), 255-282.

TEMA CENTRAL DE LA INVESTIGACIÓN

- Ana, F. M., y Inmaculada, M. G. (2016). Aportes para la educación de la Inteligencia Emocional desde la Educación Infantil. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 14(1), 53-66.
- Carlos, L. M. (2019). El Aprendizaje Basado en Problemas (ABP) en el desarrollo de la inteligencia emocional de estudiantes universitarios. *Propósitos y Representaciones*, 7(2), 353-368.
- David, M. A. (2018). Aproximación crítica a la Inteligencia Emocional como discurso dominante en el ámbito educativo. *Revista Española de Pedagogía*, 76(269), 7-23.
- Dolores, S. L., Saúl, R. L., y Clemente, B. V. (2015). Correlación de inteligencia emocional con bienestar psicológico y rendimiento académico en alumnos de licenciatura. *Investigación en Educación Médica*, 4(15), 126-132.
- Federico, P. A., y Francisco, H. C. (2017). La Influencia de las Emociones Sobre el Rendimiento Académico. *Ciencias Psicológicas*, 11(1), 29-39.
- Federico, P. A., y Francisco, H. C. (2019). Prediciendo el Rendimiento Académico Infantil a través de la Inteligencia Emocional. *Psicología Educativa*, 25(1), 23-30.
- Federico, P. A., y Francisco, H. C. (2019). Relaciones entre felicidad, inteligencia emocional y factores sociodemográficos en secundaria. *Anuario de Psicología*, 48(1), 34-42.
- Javier, C. M., Luz, L. D., y Jesús, R. (2016). Inteligencia emocional y resiliencia: su influencia en la satisfacción con la vida en estudiantes universitarios. *Anuario de Psicología*, 46(2), 51-57.

TEMA CENTRAL DE LA INVESTIGACIÓN

- José Gabriel, M. A., María, P. M., y Miguel Ángel, B. B. (2017). Educación emocional en la universidad: Propuesta de actividades para el desarrollo de habilidades sociales y personales. *Vivat Academia*, 20(139), 1-17.
- José, N. G., Enrique, G. G., y David, C. D. (2017). Inteligencia emocional y educación universitaria: una aproximación. *Revista de Comunicación de la SEECI*, 43, 15-27.
- María, C. V., Antonio, C. J., Lisandra, A. G., y Vivian, G. M. (2017). Inteligencia emocional: Su relación con el rendimiento académico en preadolescentes de la Escuela 4 de abril, de Io ciclo, Angola. *Revista Educación*, 41(2), 163-171.
- Martha, A. H. (2017). Influencia de la inteligencia emocional y los afectos en la relación maestro-alumno, en el rendimiento académico de estudiantes de educación superior. *Educación y Educadores*, 20(2), 193-210.
- Pablo, H. (2018). ¿La inteligencia emocional es vital para alcanzar el éxito? *Panorama*.
- Pablo, U. S., y Carlos, S. B. (2018). Motivación escolar, inteligencia emocional y rendimiento académico en estudiantes de educación secundaria obligatoria. *Actualidades en Psicología*, 32(125), 95-112.
- René, B. L., y Mauricio, G. A. (2016). Rendimiento académico y autopercepción de inteligencias múltiples e inteligencia emocional en universitarios de primera generación. *Actualidades Investigativas en Educación*, 16(2), 269-292.
- Rocío, F. L. (2015). Inteligencia emocional y competencias emocionales en educación superior, ¿un mismo concepto? *Revista Iberoamericana de Educación Superior*, 6(16), 110-125.

TEMA CENTRAL DE LA INVESTIGACIÓN

Rocío, F. L. (2018). Retos y Herramientas Generales para el Desarrollo de la Inteligencia Emocional en las Aulas Universitarias. *Praxis Educativa*, 22(3), 47-55.

Rocío, F. L. (2019). Importancia del desarrollo de la inteligencia emocional en la formación de personas investigadoras. *Actualidades Investigativas en Educación*, 19(1), 655-679.